Desfiles

Colecciones de Primavera

Moldes

JEAN LAVADO, ESTILO JOVEN PARA LA MUJER DE HOY

Revista de la MUJER

Moda

FALDA, BLUSA Y VESTIDO





Reportaje

La Música es Terapéutica

La gimnasia rítmica expresiva es según la creadora del método, Susana R. de Wilderman, una combinación del Hatha Yoga (técnicas de meditación, relajación y comunicación espiritual) con la plástica griega (posibilidad de expresar con y a través del cuerpo, sentimientos, emociones y tendencias).

Vamos a dar una síntesis de los diversos aspectos que abarca el método y sus objetivos:

Cinestesia: Consiste en recuperar el movimiento natural del cuerpo, liberado de toda tensión. Por ejemplo, cuando flotamos en una piscina.

Espacio: Movimientos ondulantes —opuestos a los que realizamos cotidianamente, que son rígidos y rectos— en variados ejercicios, destinados a lograr una mejor relación del cuerpo con y en el espacio. Tiende, además, al mejoramiento de las funciones orgánicas.

Límites: El cuerpo, liberado de tensiones y en expansión, derriba antiguos límites. Como consecuencia, se establece una más adecuada relación en torno del esquema corporal propio y de los demás.

La voz: Siendo la voz el principal instrumento de comunicación, su uso queda en gran parte anulado por el peso de convenciones sociales y costumbres. La gimnasia rítmica expresiva permite un ordenamiento armónico entre la idea a expresar y la voz emitida, ayudando a superar inhibiciones, tendencias agresivas y otras anomalías.

GIMNASIA EN CASA

Hay ejercicios que usted puede realizar cotidianamente y en su propia casa. Estas son algunas recomendaciones de Susana R. de Wilderman:

Inspire profundamente y exhale el aire en ritmo normal. Puede partir de una posición acostada, en el suelo; vaya rodando suavemente en un sentido y en otro. Si quiere, acompáñese con la música de su preferencia y siga el ritmo. Realice movimientos ondulantes, con brazos, piernas y tronco.

Permita que el sentido creativo —que es innato, natural— aflore espontáneamente. Si siente que la emoción la oprime, trate de expresarse con el cuerpo y la voz, lo más genuinamente posible.

¡RELAJE LOS NERVIOS!

Para superar la tensión, y hasta la angustia que a veces nos acomete, Susana le sugiere un simple ejercicio que la calmará, relajando sus nervios: "Colóquese frente al lavatorio, con las manos apoyadas en el fondo. Deje correr el agua. Aspire profundamente, por la nariz, y envíe todo el aire al bajo vientre. Contenga la respiración. Luego exhale lentamente, dilatando el vientre lo más posible. Hable: la voz saldrá en forma natural y vibrante".

La explicación es que la tensión y la angustia se transforman en un síntoma físico (nudo en la garganta, estómago apretado). Pero si usted afloja el nudo y libera el estómago, la tensión y la angustia tenderán a desaparecer.



Un ocasional encuentro en la multitud sirvió de marco a la iniciación de un intempestivo romance entre Eduardo y Margarita. Esta pareja de enanos que recientemente celebró su boda un mes después de aquel flechazo.

Eduardo Vázquez, de 20 años, trabajaba en un circo bajo el seudónimo de "Yoyito" haciendo reír a los niños. Margarita estaba entre el público y fue descubierta por su actual esposo quien la invitó a unirse a la vida circense. Primero constituyeron una pareja de payasos, "Yoyito" y "Chiquita". Se hicieron inseparables, y a partir de la boda que fue celebrada bajo la carpa del circo, transformada en iglesia, ambos cónyuges celebraron su felicidad con un lujosísimo banquete. La diminuta pareja hizo su viaje de bodas en compañía de toda la troupe del circo, sin dejar de hacer reír a los niños.





El sindicato italiano de las modelos nace como una exigencia de las mismas de ser mejor pagas y más respetadas y la convicción de que no les falta ni belleza ni capacidad profesional, según un semanario italiano especializado. Los creadores de modas y los fotógrafos acusan a las modelos italianas de ser menos hermosas y estar menos capacitadas que las extranjeras. Las jóvenes decidieron entonces crear un sindicato que las proteja y defienda sus derechos en el campo laboral. Se dice que las modelos italianas cayeron en desgracia hace dos años, cuando cundió la moda de las negras, altas, con pocas curvas, huesos marcados y enormes pies, capaces de moverse "como animales de la jungla africana". Las afortunadas morenas gustan mucho a las grandes firmas de la alta moda y motivan grandes compras en los desfiles. Otras serias competidoras son las norteamericanas pelirrojas y de pecosas narices respingadas.

En el mes de marzo, en Milán, mientras se hacía la presentación del "pret-a-porter" para el invierno '80/81, las italianas que desfilaban (solo 15 sobre 200) solicitaron a la policía que se controlaran los permisos de trabajo y de residencia de sus competidoras. Actualmente existe una asociación que presiona al gobierno para que la actividad de modelo sea reconocida como una profesión. La institución cuenta ya con 400 adhesiones.

Pero no falta quien afirma que la campaña contra las modelos extranjeras no será tarea fácil. Enrica Massei, creadora de modas de Milán dice: "Mientras las encargadas de presentar nuestra ropa eran las modelos italianas, estáticas y sin fantasía, llenas de caprichos de pequeñas divas demodées, la moda italiana ocupaba puestos de segundo plano. El error de las italianas es no saber renovarse, no comprender que de la competencia de las nuevas profesionales tienen mucho que aprender".

Carla Gabetti, jefa de redacción de "Línea Italiana", opina: **"Hoy hacen falta muchachas delgadas que, con el vestido, no evoquen la belleza de la vecina de al lado".**

También en Canadá, ese estado religiosísimo y próspero, comienza a conocerse la crisis matrimonial. Una unión de cada tres termina en divorcio. En 1921, fueron 500 las rupturas matrimoniales definitivas, este año 60 mil. La población se incrementó de 9 a 23 millones, pero los porcentajes son superiores: de 6 divorcios cada 100 habitantes se pasó a 243.

Entre 1960 y 1970, en Canadá se registró la tasa de aumento de los divorcios más grande del mundo: 249 por ciento, el cuádruple que en los EE.UU., donde los porcentajes son los más altos del mundo. La razón de este cambio en un país considerado hasta hace poco "anormalmente estable" se explica, según los sociólogos, por el hecho de que la sociedad canadiense se ha hecho "violentamente" moderna. El fenómeno, sin embargo, no es solo canadiense y según los especialistas los hechos deben ser observados en una estructura más amplia.

Por otra parte, un aumento en el número de divorcios se registra desde hace un decenio aproximadamente en todo el mundo. En este caso, no es ya más o por lo menos no es solo el pasaje de la sociedad occidental de condiciones "retrasadas" a condiciones de vida más moderna: es la organización misma del trabajo que lleva al hombre y a la mujer a cambiar de compañero o compañera.

Veamos algunas cifras: en 1978, en Canadá hubo 308 divorcios cada 1.000 matrimonios, en los EE.UU. 504, en Suecia 503, en Dinamarca 407, en Gran Bretaña 332, en la URSS 311, en Finlandia 316. Moderados los franceses con 173.

En Canadá se divorcian más los jóvenes, y lo mismo ocurre en otros países, excepto en los EE.UU., donde ni siquiera se casan. Sin embargo, en los EE.UU., lo mismo que en Canadá, se divorcian más los negros que los blancos.

En lo que se refiere a las causas de divorcio, el primer lugar lo ocupa el adulterio, seguido de crueldad mental, crueldad física, alcoholismo, etcétera. En muchos lugares se está estudiando la posibilidad del divorcio "sin culpa" con la finalidad de acelerar los trámites procedimentales. En Canadá, sin embargo, se prefiere "ir despacio" pues "más lento es el procedimiento, más desciende el porcentaje de los divorcios", opinan los expertos.

Combatir la Hiperhidrosis

Un olor desagradable y la irritante sensación de incomodidad, dos de las típicas sensaciones producidas por la excesiva secreción de las glándulas sudoríparas. Sepa qué hay que hacer para evitar y eliminar esta molestia, tan intensa en el período estival.



La excesiva secreción de las glándulas sudoríparas produce un desagradable olor y una irritante sensación de incomodidad. Varios son los factores que provocan excesiva sudoración en manos, pies, axilas o en el cuero cabelludo. La afección, se conoce medicamente bajo la denominación de **"hiperhidrosis"**.

Los factores que producen esta actividad desenfrenada de las glándulas son varios. La más común es una alteración funcional llamada **"hidrosis"** e involucra cantidad y calidad (osmidrosis y bromhidrosis).

La hiperhidrosis atenta contra la estabilidad emocional, afecta la comodidad, altera la estética y trae complicaciones de distinta índole. Sus límites son imprecisos, aunque se considera excesiva una sudoración de un litro en 24 horas.

El calor es uno de los factores externos que la provocan y también las alteraciones del sistema nervioso. Es común, que frente a determinados acontecimientos: exámenes, cambios de trabajo, mudanzas, enfermedades o situaciones desagradables, las manos comienzan a exudar.

La sudoración plantar, en cambio, es más frecuente en adolescentes y jóvenes y suele coexistir con el pie plano. Trae como consecuencia la aparición de micosis (hongos).

TRATAMIENTO DE HIPERHIDROSIS

Acudir a cuanto producto antisudoral existe no es el remedio indicado en estos casos. Cuando el conflicto es agudo, conviene consultar con el médico para determinar el origen de esta afección. Hay un tratamiento general y uno local. El primero involucra una higiene alimentaria con descanso físico y mental; la supresión de excitantes tales como tabaco, alcohol y condimentos y el suministro de vitaminas B y C.

El local, en cambio consiste en la aplicación de radioterapia —iontoforesis— o cirugía plástica.

El tratamiento cosmético se realiza conjuntamente y comprende los antisudorales que se dividen en **"desodorantes"** que anulan el olor pero no la cantidad y los **"anhidróticos** o **"antitranspirantes"** que actúan suprimiendo la secreción sudoral.

Los productos desodorantes, ya sean, jabones comunes o específicos; polvos minerales como el bicarbonato de sodio; antisépticos y antibióticos o aceites esenciales de alcanfor, mentol o lavanda, simplemente cubren el problema por unas horas. En general, actúan como agentes higiénicos a través de fórmulas detersivas o con sustancias aromáticas que enmascaran el olor.

Los antitranspirantes, en cambio, suprimen la transpiración, y por lo tanto el olor. Son astringentes de actividad diversa.

Actualmente, los distintos productos que hay en el mercado están elaborados a base de sales de aluminio. Estas, no actúan por astringencia sino por inhibición funcional, pues forman jabones con los ácidos grasos del sudor y sebo. Penetran en el interior de la glándula sudoral irritándola y evitando su secreción.

Es conveniente recordar, que la excesiva aplicación de estos antitranspirantes puede causar inconvenientes tales como la aparición de **"golondrinos"**.

La llegada del verano está próxima y por lo tanto, este conflicto que se presenta especialmente en la época estival, puede ser prevenido. Lo ideal es comenzar con una dieta desintoxicante y el cuidado externo a través de productos confiables para que este problema no cause males peores como la timidez para enfrentarse en una reunión o la obsesiva necesidad de higienizarse permanentemente para secar la zona afectada. Usted no puede ser víctima de una alteración funcional, fácilmente erradicable.

* *



Naturalidad en el Maquillaje

La naturalidad se impone en el maquillaje de esta temporada. Rostros frescos y naturales es la consigna. Para lograrlo, nada mejor que un tratamiento de belleza que aporte al cutis la necesaria cuota de elementos que lo ayuden a respirar en libertad.

Una de las propiedades más importantes de la piel humana es la respiración. Las células absorben oxígeno y eliminan anhídrido carbónico. Esta función no debe ser obstruida por los productos demaquillantes, nutritivos o humectantes ya que alterarían la salud de la piel.

Es necesario conocer el tipo de piel y diariamente proceder a una limpieza del rostro, humectación y tonificación. Este es el momento ideal para decidirse, la primavera ya está

Ante todo, conviene asesorarse en los comercios, sobre las nuevas líneas de productos según la edad y tipo de piel. Conviene elegir una línea de belleza que no obstruya los poros. **"Fresh Cover"** posee una estructura química porosa que forma una cadena molecular tridimensional, como si fuera una red, sobre la piel. De esta manera, permite que el aire y los gases la atraviesen libremente.

La línea se compone de: emulsión limpiadora; loción tonificante refrescante; emulsión y crema humectante. Para limpiar los poros, la emulsión extrae y aspira las impurezas previniendo además, la formación de puntos negros y barritos. Se aplica por la mañana y antes de acostarse. El segundo paso es la tonificación con **"Colling Toner"**, una loción delicadamente astringente que contiene mentol para refrescar la piel. No obstruye los poros y elimina el exceso de grasa. Para usar durante el día, debajo del maquillaje, conviene aplicar **"Cool Moisture"**, la emulsión humectante que contiene alcanfor, sustancia antiséptica y mentol para refrescar y combatir bacterias. Otorga humedad y elimina grasitud y suaviza la piel sin obstruir poros. En pieles muy grasas, se aconseja aplicarla por las noches.



El tratamiento se completa con un cuarto paso. **"Moisture Response"**, la crema humectante que no contiene grasa y es especial para proveer humedad en pieles normales y mixtas sin dejar rastros de aceites. Se puede aplicar durante toda la noche.

Su rostro puede aparecer limpio y fresco con este tratamiento que ofrece una barrera humectante no oclusiva.

Los cuatro productos **"Fresh Cover"** son de Helena Rubinstein.

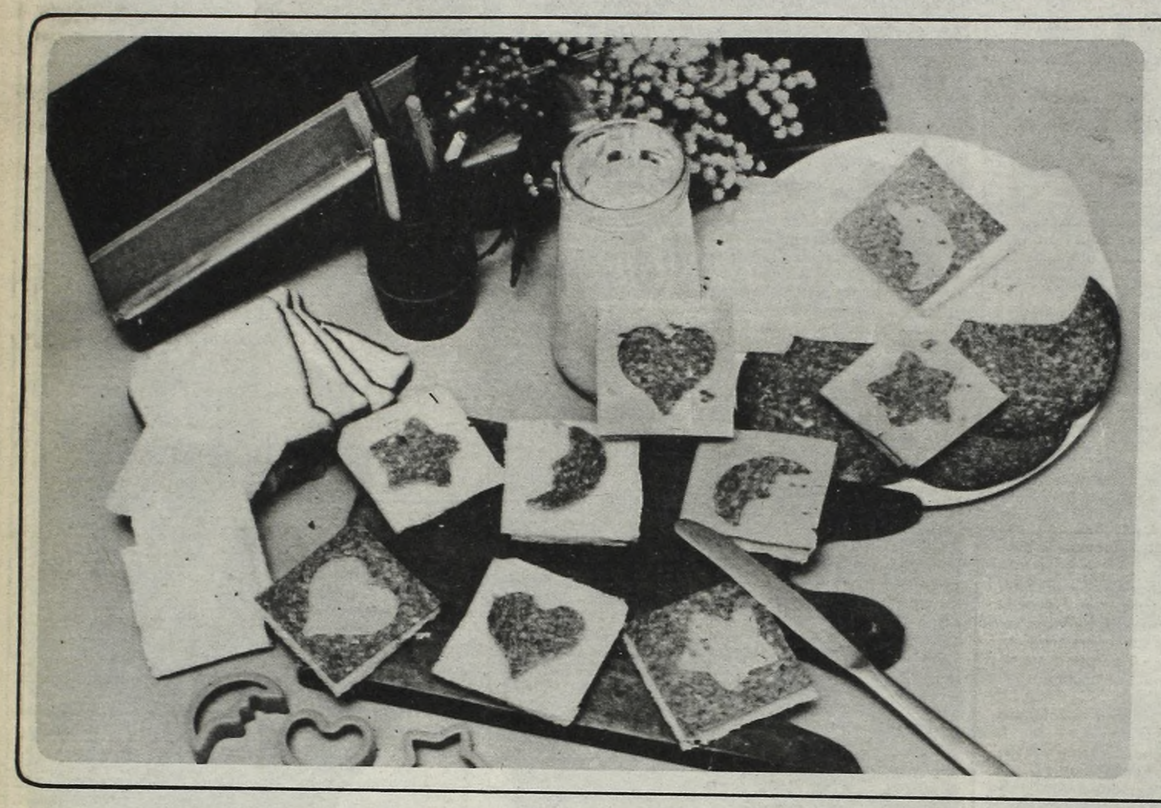


LOS PLACERES DE LA MESA



El 21 de setiembre comienza la primavera y además se celebra el día del estudiante. Entonces, agradables sugerencias para que la gente joven se alimente bien y fácilmente.

PELUSA MOLINA



Canapés "Estudiantina"

INGREDIENTES (para 12 canapés)

12 rebanadas de pan tipo lácteo descortezado; 12 tajadas de fiambre (salame, mortadela, lomito, salchichón, jamón, etc.) cortado no muy fino. Salsa mayonesa, cantidad necesaria para untar; 12 tajadas de queso de máquina cortado no muy fino.

****
PREPARACION
****

Untar las rebanadas de pan con un poco de mayonesa. Recortar del mismo tamaño que el pan, el fiambre y colocarlo sobre éste.

Con cortapastas fantasía (corazón, flores, estrellas, etc.) recortar las tajadas de queso y colocarlas sobre el canapé como muestra la foto, procurando que se noten bien los contrastes entre el fiambre y el queso. Presentarlos en una bandeja grande apropiada.

"Dips"

INGREDIENTES

1 pote de queso crema; y a elección cualquiera de estos ingredientes:

2 cucharadas de ketchup.

2 cucharadas de cebolla de verdeo picada finita (la parte verde) y 1 cucharada de mostaza preparada.

1 cucharada de pepinillos en vinagre picados y 2 cucharaditas de mostaza de Dijón.

1 cucharada de apio picadito y 1/2 cucharada de nueces picadas.

En todos los casos condimentar con sal y pimienta.

****
PREPARACION
****

Mezclar el pote de queso crema con alguno de los ingredientes elegidos. Condimentar a gusto con sal y pimienta. Colocar en un tazoncito de cerámica, de madera o de barro la preparación. Apoyarlo sobre una bandeja y rodearlo con papas "chips" para copetín.

NOTA: Los "chips" son de mezcla para copetín que lleva como base queso crema y el agregado de condimentos, salsas, hortalizas crudas, encurtidos en vinagre etc. Se sirven de la forma indicada y cada comensal con una papita "chips" saca una porción de la mezcla, ya que no se unta con cuchillo. Se pueden preparar varias clases de dips y servirlas en pequeños tazoncitos siempre rodeadas de las papas para copetín o bien galletitas secas de todo tipo o grisines.

Resulta muy divertido instituir prendas para el comensal al que al servirse se le rompe la papita, por ejemplo imitar un personaje, hacer una declaración de amor a alguna chica, etcétera.

"Pizza-Wich"

INGREDIENTES (para 12 porciones)

24 rebanadas de pan tipo lácteo; 1 taza de salsa de tomates espesa; 12 rodajas de mozzarella; 12 anchoas en aceite; orégano; manteca blanda cantidad necesaria para untar.

****
PREPARACION
****

Untar con manteca las rebanadas de pan y llevarlas al horno para que se doren ligeramente. Retirarlas. Untar las tostadas con la salsa de tomate espesa, colocar encima de una de las tapas una rodaja de mozzarella, encima la anchoa y espolvorear con un poco de orégano. Tapar con otra tostada, formando un sandwich. Colocar todas las "pizza-wich" nuevamente en una asadera y llevar al horno moderado hasta que el queso se derrita.

HOY COCINAN LOS MARIDOS

Helados Espumantes

INGREDIENTES

1/2 kg. de helado de crema o de limón; 2 vasos de vino espumante seco.

****
PREPARACION
****

Mantener el helado en la cámara congeladora hasta el momento de servir, del mismo modo mantener las copas en que se servirá en la heladera.

Acomodar el helado en las copas, verter en cada una el vino espumante bien helado y llevar a la mesa inmediatamente. Si se desea se puede completar con un copete de crema batida.

A Fines de Siglo se Vivirá más de Cien Años

Prolongar la vida del ser humano constituye la mayor batalla de la ciencia. En el actual estado de desarrollo científico, los especialistas exhiben cada día mayor optimismo. Saben que el hombre está programado para vivir 100 años o más, pero lo destruye la sociedad moderna. En Europa y Estados Unidos se multiplican las experiencias para prolongar la vida humana y algunos investigadores estudian, inclusive, una vacuna contra la muerte, que podrá aparecer hacia el año 2000.

"Todo el mundo tiene la capacidad biológica para vivir 100 años", afirmó Diana Woordruf, médica y profesora de sicogerontología de la Universidad de Temple, Carolina del Sur.

Como era previsible, la afirmación desencadenó algunos murmullos escépticos entre los doscientos científicos que asistían al IX Congreso Europeo de Clínica Gerontológica.

Pero esos comentarios en voz baja se transformaron en un huracán de susurros indignados, cuando la doctora Woodruf expuso las conclusiones de su investigación: **"Salvo accidente, todo ser humano debiera alcanzar un promedio de vida de 120 años"**.

Pocos años antes el profesor Herman Le Compte, presidente de la Sociedad Belga de Geriatría, había suscitado un escándalo similar al asegurar que **"el hombre puede vivir 500 años"**.



Como respuesta a las sonrisas irónicas de sus colegas, mientras recogía los apuntes diseminados por el pupitre, terminó su disertación con un temerario desafío: **"Yo viviré probablemente 1.000 años"**. Minutos más tarde, la molestia oculta detrás de un tono humorístico, un geriatra canadiense declaraba solemnemente inaugurado **"el milenio de Le Compte"**.

La actitud de Woodruf y Le Compte constituía, probablemente, una provocación deliberada para incitar a sus colegas a intensificar las investigaciones destinadas a prolongar el promedio de vida del género humano. Pero muchos científicos se convencieron rápidamente de que estaban bien cerca de la realidad.

En su actual estado de desarrollo la ciencia está teóricamente en condiciones de elevar el promedio de vida normal, que oscila entre 60 y 70 años, en 40 y 50 %.

"La alimentación inadecuada, las tensiones de la vida moderna, la contaminación del medio ambiente, el alcohol y los hábitos antihigiénicos impiden que el hombre desarrolle plenamente su ciclo biológico", sostiene el profesor Alex Comfort, de la Universidad de Londres.

Este científico, que en 1979 fue propuesto junto con su colega norteamericano Derham Harman para el Premio Nobel, realizó una experiencia con ratas de laboratorio que permitió acrecentar en 52 % su período vital.

"El único misterio del ensayo consistió en organizar el sistema alimentario de las ratas sobre la base de una mezcla de vitaminas A, B-5, B-6, C y E, a la cual añadimos una preparación de magnesio, iodo, azufre y ATP (trefosadinina) extraídas de células hepáticas y de las hormonas suprarrenales", precisó.

Un grupo de científicos de la Universidad de Haifa, en Israel, descubrió por su parte que la vitamina E disminuye el proceso de envejecimiento de las células.

Las experiencias de laboratorio demostraron que la vitamina E tonifica el corazón, sostiene el metabolismo, favorece la supervivencia de glóbulos rojos y, en general, ejerce una acción análoga a la digitalina, sin sus efectos secundarios.

Uno de los posibles sistemas para evitar el envejecimiento celular fue experimentado recientemente por el doctor Leslie J. Orgel, del Instituto Salk de San Diego, California.

EVITAR EL DETERIORO

Orgel, en experiencia conjunta con su colega John Heller, director del New England Institut for Medical Research, partió del principio suficientemente comprobado por la ciencia moderna de que el ADN, ácido disoxiribonucleico, principal componente químico de las cadenas genéticas, se deteriora en forma continua.

Los científicos estimaron que era posible extraer células ADN a un individuo joven y conservarlas entre 20 y 30 años a temperaturas inferiores a 270 grados bajo cero.

La idea consistía en reinyectar esas células jóvenes a medida que se advirtieran los primeros síntomas de deterioro en las células del individuo.

Convertida en base de una experiencia de laboratorio, esa teoría permitió prolongar en algo más del 15 % la vida de las ratas y perros sometidos al tratamiento.

Otro sistema eficaz para restaurar el deterioro bioquímico y físico de las membranas celulares fue descubierto y sometido a ensayos por el gerontólogo Richard Hochschild en su clínica de Corona del Mar, cerca de San Diego, California.

Animales de laboratorio sometidos a tratamientos de dimetilaminoetanol permitieron alargar su vida entre 6 y 49 % y el estudio sirvió como base para obtener de la US Food and Drug Administration autorización para probar la acción de ese mecanismo sobre 4.800 personas.

Los resultados definitivos de la experiencia se conocerán hacia fines de 1980, cuando termine el análisis de la primera parte de los tests realizados.

Por su parte el científico húngaro Josef M. Barnothy consiguió rejuvenecer a un grupo de ratas mediante el recurso de hacerlas vivir varias semanas bajo el influjo de un campo magnético particular.

"Esos animales mostraron una vitalidad 30 % superior a otros individuos de la misma especie y como detalle interesante, se mostraron inmunes frente al cáncer", aseguró el investigador.

A su vez, la célebre gerontóloga rumana Ana Aslan, que alcanzó renombre universal después de que sus métodos atrajeran a clientes famosos como Aristóteles Sócrates Onassis y Juan Perón, asegura que **"las actuales experiencias tienden a probar que el gerovital, el medicamento rumano vendido en toda Europa, parte de una teoría completamente válida, que los investigadores modernos no hacen más que reafirmar"**.

Para Aslan, una pionera largos años discutida por sus colegas de todo el mundo, "la **especie humana está programada para vivir 120 años, pero la edad biológica no corresponde a la edad cronológica"**, en coincidencia con la afirmación de la doctora Woodruf.

"La curva descendente, que comienza a los 45 años, es más rápida de lo que debiera en la época actual debido a las exigencias y a las presiones del estilo de vida modernos", asegura Aslan.

Para combatir esa brusca aceleración del desgaste biológico, la doctora rumana consiguió resultados asombrosos mediante la aplicación de gerovital, suero cuya materia básica es la procaína, a través de inyecciones intramusculares.

El producto —precisan gerontólogos europeos y norteamericanos— es un elemento útil **"porque permite el rejuvenecimiento celular y facilita el mecanismo propio de regeneración para acercarlo a la curva cronológica ideal, lo que permite prolongar la vida y la calidad intelectual"**.

METODOS EN USO

En realidad el gerovital es una variante del sistema de celuloterapia practicado por el doctor Paul Niehans, que en su célebre clientela contó nada menos que a Winston Churchill, el Papa Pío XII, el escritor Somerset Maugham, el ex canciller alemán Konrad Adenauer y el pintor Georges Braque.




La clínica de Niehans en Vevey, Suiza, estaba exclusivamente dedicada a aplicar tratamientos basados en la ingestión de células sanas y frescas, licuadas en solución de Ringer.

Una prueba irrefutable de que el sistema Niehans era efectivo la dieron sus pacientes, que murieron octogenarios y aun nonagenarios. El propio creador del sistema murió en 1971 a los 81 años, pero sus discípulos recuerdan que **"hasta pocos días antes de extinguirse tenía el aspecto de un hombre en plena madurez, de un quincuagenario"**.

El inconveniente mayor del sistema Niehans reside en que su alto costo lo mantiene prácticamente en un medio muy reducido de gente que puede afrontar un gasto de ese género sin arruinarse económicamente.

Precisamente entre los objetivos perseguidos por muchos gerontólogos del mundo entero figura actualmente la búsqueda de un sistema capaz de reducir los costos de producción y tratamiento, con la intención de convertir el Gotha de la gerontología en una democrática y masiva institución.

Aunque los trabajos científicos expuestos en el IX Congreso Europeo de Clínica Gerontológica parecieron aún lejos de esa masificación, muchos científicos señalaron la convicción general de que la ciencia está en el umbral de sensacionales descubrimientos, que inevitablemente prolongarán y mejorarán la condición de la vida humana.

EL FUTURO PREVISIBLE

"Uno de los mejores síntomas está dado por la aproximación de los trabajos encarados por decenas de equipos de investigadores, actualmente cerca del nivel donde podrá comenzar el trabajo de síntesis indispensable para que todos los habitantes del planeta se beneficien con esos descubrimientos", aseguró el doctor J.H.Denckla.

Jefe de un equipo que trabaja en el Instituto de Biología Molecular de Nueva Jersey, Denckla reveló que varios de sus colaboradores trabajan incluso en una serie de experiencias destinadas a esclarecer el misterio de la muerte.

"Dentro de 40, quizá 50 años, el hombre podrá contar con una vacuna contra la muerte, tan eficaz como puede ser hoy la vacuna contra la poliomielitis", profetizó el científico.

Como otros colegas, Denckla admitió que **"si contáramos con los medios necesarios, creo que podríamos obtener ese resultado aún antes de terminar el siglo, antes del año 2.000"**.

La profecía del investigador norteamericano coincidió, entre otras, con las estimaciones de su colega soviético Ivan Medvedev, para quien **"a fines de este siglo el hombre podrá vivir hasta 150 años"**.

Los primeros beneficiarios del sensacional descubrimiento podrán ser los integrantes del **baby-war boom**, la explosión demográfica que siguió a la Segunda Guerra Mundial, que a fines de siglo tendrán alrededor de 55 años.

"Excelente edad para comenzar a vivir", bromeó la doctora Diana Woodruf.



Empresarias de la Belleza, una Tarea de Mujeres



Una Empresa Integral

La señora Biky Coleman, directora de Charles of the Ritz, tiene a su cargo además del área de belleza, el manejo operativo y ejecutivo de la empresa. La planificación, promoción de los lanzamientos de productos, la instrucción de expertas y el departamento de Relaciones Públicas y Prensa son dirigidos por una mujer que tiene una aquilatada experiencia en el ramo cosmetológico.

—Mi carrera comenzó desde muy joven, estudiaba Bellas Artes y trabajaba como experta de belleza. Poco a poco comencé a interesarme más por este metier y me propuse ascender y llegar a ser gerente de una empresa de cosmetología. En ese momento, era casi utópico que una mujer ocupara un cargo de ese tipo pero finalmente lo logré.

Con la satisfacción de haber alcanzado la meta propuesta, Biky narra su paso por distintas empresas, su experiencia adquirida en el exterior y la alegría que le proporciona su actividad.

—Cuando trabajaba en un maquillaje sentía que ayudaba a otra mujer y la sensación de felicidad me fue superando y atrapando. Me perfeccioné para lograr dar más y mejor a los demás, hice cursos de comercialización, de Relaciones Públicas y amplié mis conocimientos. Simultáneamente, formé mi familia. Me casé hace 19 años y cuando mi hijo era chico nos fuimos a vivir a Caracas. Mi marido era gerente de comercialización en una empresa de cosmetología y me ayudó muchísimo a progresar.

—¿Fue difícil compatibilizar tu trabajo con la atención de tu familia?

—Cuando nació mi hijo estuve dos años y medio sin trabajar, me dediqué exclusivamente a criarlo y luego me reintegré a la actividad. Mi trabajo fue y es muy importante para mí, pero también la felicidad de mi familia. Siempre traté de equilibrar ambas cosas y creo que lo logré. En este momento mi hijo tiene 17 años y se siente orgulloso de su madre. Tenemos una buena relación, un diálogo productivo. Yo me levanto todos los días a las seis de la mañana para desayunar con él y estar juntos. Eso me hace muy feliz porque siento que tuve éxito en la vida y mi familia fue un baluarte.

Biky supervisa el área de marketing de la empresa, también a cargo de una mujer, Olga Balbi, y afirma que una de sus responsabilidades prioritarias es mantener la imagen de la empresa. Para ello es necesario prestar atención a todos los detalles, desde la selección del personal y su capacitación, hasta la elección de uniformes y control de ventas.

—¿Cómo seleccionás una experta?

—Busco ante todo una profesional. Una mujer de buena presencia, que no necesariamente tiene que ser bonita pero sí tener personalidad y sentir lo que hace. Indudablemente es imprescindible el buen trato y el conocimiento de relaciones públicas.

—Anualmente Biky viaja al exterior en varias oportunidades para actualizarse y conocer las tendencias del mercado. Sin embargo no descuida a su familia por su profesión.

—Rechacé un cargo como gerente del área latinoamericana porque la exigencia era recorrer distintos países y permanecer muy poco en Argentina. Como te dije, creo que logré equilibrar mi profesión con mi vida familiar y ésa es una conquista importante.

Las gratificaciones de Biky están a la vista, su empeño, la necesidad de mejorarse y la perseverancia lograron una conquista merecida.

Adaptar la Moda Para el Gusto Femenino

María Elena Protulipac es una mujer dinámica que ingresó al mundo de la cosmética, casi por casualidad. Era estudiante de derecho y sentía inclinación por la pintura. Hizo cursos pero no logró definir su vocación en una actividad determinada hasta que descubrió el trabajo de experta en belleza.

—Me inicié en Lancome como consultora de belleza, luego de hacer un curso de capacitación. Trabajé muchos años en Capital y en el interior del país; en Rosario viví dos años dando cursos para entrenar a otras mujeres en este quehacer. Trabajé en el centro técnico de la empresa donde se forma personal de ventas (preeminentemente masculino); dicté cursos sobre productos; organizé reuniones y "hall de beauté" o puntos de venta para las consumidoras.

Desde hace un año, María Elena es la directora de Relaciones Públicas y Prensa de Lancome. Desde ese departamento se canalizan las tareas de los departamentos de maquillaje y tratamientos. Su función es dar a conocer al público la actividad de toda la empresa a través de la distribución de publicidad en los medios especializados; la preparación de vidrieras en perfumerías y la distribución de puntos de venta en todo el país.

—Este trabajo no es rutinario, es necesario poner una gran cuota de creatividad ya que nosotras adaptamos las tendencias de la moda en maquillaje que se lanza en los centros internacionales, ya sea París o Nueva York.

Uno de los aspectos de su tarea es conocer la esencia de la mujer argentina como consumidora de cosméticos. Sus gustos, necesidades, preferencias y posibilidades.

—Nuestro público es muy fiel, la mujer que usa esta línea tiene inquietud por lo nuevo, aunque adopta los productos con una tendencia localista. No acepta los maquillajes o colores estentóreos o muy llamativos, es más sobria. Las más jóvenes se atreven a usar lo nuevo en materia de colores sin detenerse a probar los tonos clásicos.

Para este año, la búsqueda del equipo de trabajo determina que los ojos serán la vedette de la primavera-verano, aunque no dejan de considerar a la boca como elemento atrayente e importante en el maquillaje.

La tarea no termina nunca. Cuando, se completa el descubrimiento de nuevos tonos, tendencias de moda ya se comienza a preparar la campaña destinada a satisfacer los gustos de la mujer argentina para la próxima temporada. Sin dudas, un trabajo creativo que satisface plenamente.



Ser directora de belleza de una empresa de cosmetología es quizás uno de los sueños de muchas mujeres. Sin embargo, esta tarea no está restringida únicamente a la promoción de nuevos perfumes o maquillajes, requiere además de un gusto particular orientado hacia la moda, otras condiciones indispensables. La capacitación de expertas, el conocimiento de técnicas de comercialización y un buen manejo de las relaciones públicas. Es una tarea empresaria a cargo de mujeres que sienten placer en embellecer.





Creatividad Como Función

• Ser directora de belleza es una función creativa donde permanentemente se trabaja en la búsqueda de productos que no solo embellezcan a la mujer sino que colaboren con la salud de su piel.

Marta Constantini, jefa del departamento de belleza de "Helena Rubinstein", explica apasionadamente su tarea que comenzó hace ocho años en esta empresa.

—Yo fui maestra jardinera y luego viajé a París donde me quedé dos años. Cuando volví al país busqué un trabajo que estuviera relacionado con el factor estético. Me presenté como aspirante a experta por un aviso y fui seleccionada. Me interesó muchísimo el trabajo porque no solo era vender el producto sino asesorar a la mujer sobre los tonos y cremas que más le conviene usar. Luego se presentó una oportunidad en el departamento de instrucción y comencé a trabajar como instructora de expertas. La tarea me apasionaba, hasta que fui asistente de la directora de belleza. Cuando se produjo la vacante me hice cargo de este departamento.

Marta habla de su tarea mientras nos explica cuáles son las tendencias en materia de colores que se usarán en la próxima temporada.

—¿Cómo hacen los nuevos productos de moda?

—Nosotras recibimos las fórmulas de todos los tratamientos de Estados Unidos, donde está la casa matriz. Luego se fabrican aquí mismo. Pero adaptamos las tendencias de la moda a los gustos particulares de nuestras clientes. No tratamos de imponer el "new look" que hace furor en Europa si consideramos que la mujer argentina no se sentirá cómoda con él.

—¿La mujer argentina se resiste a innovar?

—La argentina tiene mucho de europea aunque no adopta la moda rígidamente sino que la adapta a su tipo. Por eso nosotras tratamos de adaptar los tonos que se usarán a la personalidad de nuestro público. Creo que las argentinas están a la moda en todos los niveles, en Europa en cambio, un reducido sector adopta la moda y el resto, el público masivo no tiene acceso. Aquí no importa la condición social, allí goza de estos placeres solo una elite.

—¿Qué gratificaciones te deja tu actividad?

—Son muchas. Esta es una tarea creativa y exenta de rutina. Quizás parezca un trabajo frívolo, sin embargo esta es una actividad de empresaria donde el manejo no pasa únicamente por la sofisticación. Aquí se usa la cabeza. Por otra parte, en Rubinstein trabajamos en equipo y yo soy ferviente admiradora de los grupos de trabajo. Creo que logramos cumplir con una función en la sociedad.

—¿Cuál es tu función?

—Aportar una cuota de gratificación para la mujer. Todas buscamos la felicidad en distintas cosas y sentirnos más lindas nos ayuda enormemente. Encontrar fórmulas que beneficien su piel, la mejore y la embellezcan es un aporte positivo.

Marta prosigue su actividad en esta empresa que cumplió 80 años en el mercado de cosmética internacional, emulando a su creadora Helena Rubinstein, la primera mujer que logró comercializar cremas de embellecimiento y que se preocupó por la estética femenina. Sin dudas, su aporte colabora diariamente con mujeres de todas las edades que buscan en los cosméticos un tratamiento que les permita sentirse femeninas y actuales.

Asesorar y Orientar, una Vocación de Servicio

Para Olga Bernal, directora de belleza de Coty desde hace cuatro años, su función en el cargo es eminentemente social.

—Mi padre me enseñó que en la vida debemos cumplir una función social, tener una tarea que cumpla un servicio hacia los demás.

—¿Cómo nació su inquietud hacia la cosmetología?

—Y estudiaba medicina y cuando comencé la carrera comprendí que no tenía nada que ver con mi personalidad. Entonces, me orienté hacia la cosmética dermatológica. Me recibí y comencé a trabajar hasta que una amiga me sugirió presentarme en Coty. Hice el curso como experta y trabajé en ese cargo durante siete años. Viajé mucho al interior del país y conocí muchísima gente. La tarea me gustaba muchísimo.

—¿Cómo evolucionó tu carrera?

—De experta pasé a ser jefa de stands, hice promociones especiales en los negocios, y luego surgió mi nombramiento como directora de belleza.

—¿Cuál es tu tarea especifica?

—Fundamentalmente, la de brindar un servicio. Toda mujer que recurre a un comercio para que la asesore una experta tiene una carencia o una necesidad. Darle el asesoramiento adecuado, lograr que mejore su imagen contribuye en la mayoría de los casos, a eliminar o subsanar un problema personal o familiar. Creo que a mí me fue muy bien la parte de ventas de productos porque siempre atendí la parte humana en primer término.

—¿Cómo definirías la tarea de una experta de belleza?

—La experta debe ser una consultora de belleza, no una muñeca muy bien maquillada sino una mujer que escuche a otra, que trate de ayudarla porque a través de la apariencia estética, muchas veces se esconden conflictos emotivos muy agudos.

A través de la capacitación que les damos a las expertas tratamos que se fije este concepto. La atención es fundamental, tampoco deben olvidar que trabajan sobre una ilusión por lo tanto es necesario encontrar en la experta una persona sensible y receptiva.

—¿Cómo te llevás con las mujeres?

—No es fácil manejar un grupo de 200 mujeres, sin embargo creo que no tengo problemas en esta tarea porque no soy competitiva. Yo me llevo bien con las mujeres.

Por eso me gusta tanto este trabajo. Tengo la posibilidad de comunicarme con otras mujeres, conocer sus problemas, ayudarlas a sentirse mejor físicamente y anímicamente.

La tarea de Olga continúa, la espera el lanzamiento del nuevo look para esta temporada; la selección de personal y el entrenamiento; el control de las publicaciones en revistas especializadas; la creación de nuevos productos y un sinfín de trabajo como empresaria, en una actividad que atrae a muchas mujeres y de las cuales se siente amiga.







El conjunto de "jeans lavados". Camisa con bolsillos tipo cazador y mangas largas. El pantalón es de línea ancha con elástico en la cintura. Lleva bolsillos ojal y presillas en color beige que combinan con el cinturón. El atuendo es informal y práctico.



Patricia luce jeans de línea más ancha, que se angostan en los tobillos. Tiene bolsillos en forma de ojal con cierres que se repiten en las piernas. Ajustan con elásticos en las botamangas. Acompaña con remera clásica de algodón en celeste intenso.

En los días primaverales es ideal este conjunto de buzo de algodón rayado en celeste y blanco con mangas largas y escote en V. El pantalón es un clásico vaquero en tela de jean "lavado" muy angosto en los tobillos. ¡Muy juvenil!







Una variante en el tradicional vaquero. Piedritas aplicadas que renuevan el corte clásico de este jean de "denin" celeste "lavado". Es ajustado y se usa con las botamangas dobladas. Tiene bolsillos en forma de ojales y se ajusta con cinturón blanco. La remera y el saco son de plush rayado.









Jeans Lavados, el Estilo Joven

DIRECCIONES: COLECCION PRIMAVERA-VERANO "WADOS"; ZEPPELIN, ESTADO DE ISRAEL 4237; BEATRIZ SECO, WARNES 87; TACOS SHOES, CANNING 2524.
PRODUCCION: Graciela Zito.



Para fines de semana al aire libre. Camisa de mangas cortas, con hombreras en suave escocés. Acompaña short muy cortito de "Denin" clásico y, por supuesto, "lavado". La última moda en jeans. Lleva zapatos al tono.





El jardinero de jean no puede faltar a ninguna jovencita. Aquí, vemos uno de línea recta prendido en los costados con botones. Ajusta con cinturón blanco. Patricia lo lleva con la clásica remera de algodón celeste con mangas cortas.

Elegantes Soluciones Para Nuestra Primavera

Género: género a lunares para la blusa: 1,60 m., 90 cm. de ancho. Género a cuadros para la falda (reversible): 2,75 m. 90 cm. de ancho; entretela fiselina.

Largo de falda: 80 cm.

Cortar además blusa: Una tira al bies para las presillas: 4cm. por 3 cm.

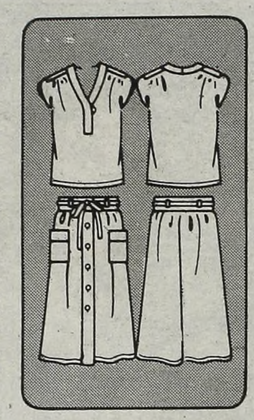
Falda: cintura: 72,5 cm. por 11 cm. (ancho confeccionado: 5,5 cm.) 2 bolsillos: 36 cm. por 20 cm. más márgenes para costuras; cinturón: 1,80 m. por 3 cm. (ancho confeccionado: 1,5 cm.) Tira para las presillas: 15 cm. por 1,5 (ancho confeccionado 7,5 cm.) más márgenes para costuras.

Observar al cortar blusa: cortar el ribete 4 veces, el hombro 2 veces, los dobladillos postizos de manga están trazados en el patrón.

Falda: la dirección del estampado está trazada en el patrón. Hay que colocar la flecha indicadora siempre sobre la misma franja del estampado. Las líneas centro de adelante y de detrás se colocarán sobre el centro de un cuadro o de una franja dominante del estampado. Cortar los bolsillos manteniendo la continuidad del estampado de los delanteros de la falda.

Confección blusa: fruncir los bordes superiores delanteros. Cerrar las costuras de los hombros de modo que los márgenes de costuras queden por el lado del derecho. Observar las aberturas. Cerrar las costuras de los lados por debajo de la cifra de aplomo 3. Unir los dobladillos postizos y coserlos a las bocamangas colocando derecho con derecho. Pasar pespuntes por los mismos bordes. Hilvanar los márgenes de los hombros hacia el revés. Aplicar los hombros pespunteando por los mismos bordes. Hilvanar los ribetes de forma plana al escote. Unir los ribetes por la costura centro de detrás y coserlos los unos a los otros colocando derecho con derecho y agarrando también la presilla previamente confeccionada. Colocar los ribetes delante según las instrucciones generales para patas. Coser la capa exterior del ribete al escote. Coser la capa interior dobladillada sobre la costura. Pasar pespunte por los mismos bordes del ribete. Coser el dobladillo del bajo.

Confección falda: cerrar las costuras de los lados. Planchar los bordes de los bolsillos hacia el revés. Planchar en el borde superior de 8,5 cm. hacia el revés y sujetarlos a pespunte. Girar vueltas de 4,5 cm. hacia el derecho. aplicar los bolsillos



pespunteando por los mismos bordes y agarrando también los bordes laterales de las vueltas. Doblar los bordes delanteros de la falda hacia el derecho, primero a lo largo de la primera línea de doblez y después a lo largo de la segunda línea. Sujetar la "tapeta" con pespuntes por los mismos bordes. Pasar también un pespunte por los bordes delanteros, bien cerca de los mismos. Dobladillar el bajo y sujetarlo a pespunte. Fruncir el borde superior de la falda. Entretelar la cintura. Coserla a la falda, doblarla por la mitad hacia afuera y cerrar los extremos o lados cortos a pespunte. Coser la parte interior de la cintura dobladillada sobre la costura. Adornar la cintura con pespuntes por los mismos bordes. Hacer ojales en el delantero derecho de la falda según las marcas. Trabajar dos ojales horizontales en el lado derecho de la cintura, a 1 cm. del borde delantero. Doblar la tira para las presillas por la mitad colocando derecho con derecho. Pasar un pespunte, volver y cortar en 4 piezas iguales. Coser las presillas sobre la cintura, a 10 cm. del centro de adelante y de detrás.

Confeccionar el cinturón y pasarlo por las presillas.

Blusa
11 delantero
12 espalda
13 hombro
14 ribete

Falda
15 falda delantera
16 falda trasera

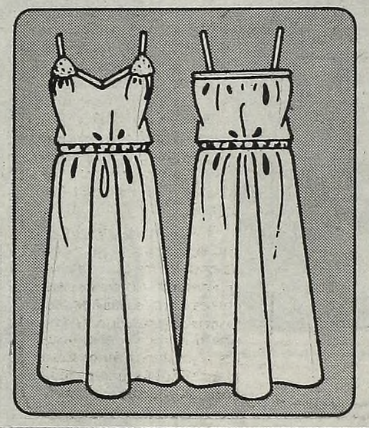
Género: género de algodón: 2,20 m, 1,40 m. de ancho. 2 motivos de encaje.

Largo a partir de la cintura: 78 cm.

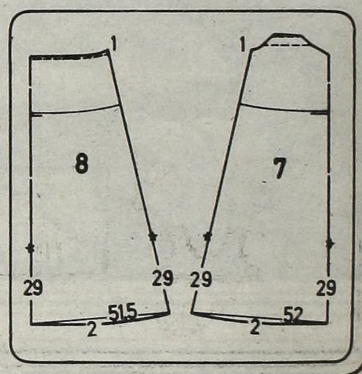
Cortar además: tira para la vaina: 1,35 m. por 3 cm; tirantes: 35 cm por 2 cm (ancho confeccionado: 1 cm) más márgenes para costuras.

Observar al cortar: no se agregarán márgenes para costuras en los bordes superiores del delantero y de la espalda.

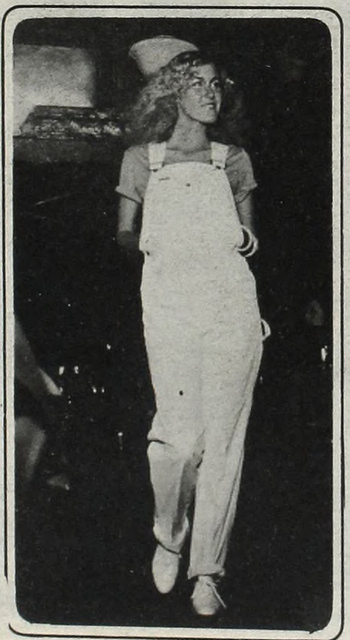
Confección: cerrar las costuras de los lados. Hilvanar la tira para la vaina por el revés de la cintura y sujetarla pespunteando por el derecho, a lo largo de las líneas trazadas. Fruncir el borde superior de la espalda a 19,5 cm. Ribetear la espalda y las sisas delanteras de una vez con una cinta al bies de 3 cm de ancho. Ribetear también la parte de adelante del delantero, solamente los bordes rectos quedarán sin ribetear. Fruncir estos bordes rectos arriba a 3 cm, a lo largo de la línea de pespunte trazada a 11 cm en cada lado. Aplicar los motivos de encaje sobre fruncido. Confeccionar los tirantes y coserlos por debajo. Coser el dobladillo del bajo.



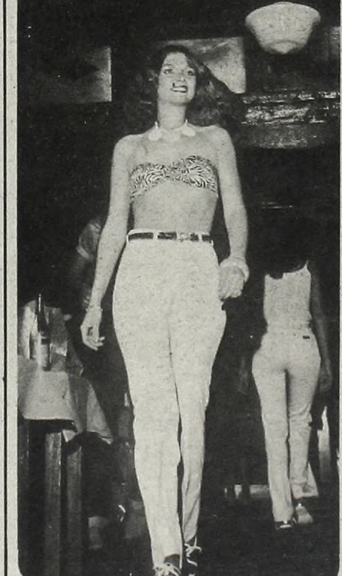
7 delantero
8 espalda

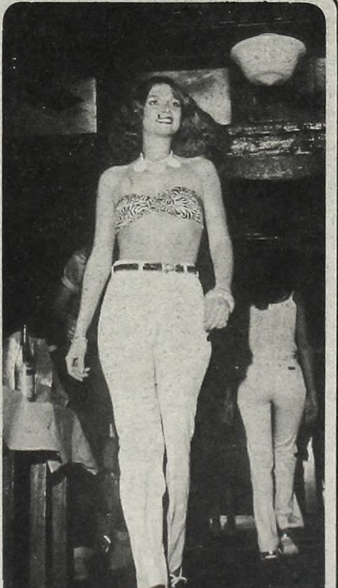


Colecciones Primavera - Verano - Colecciones Primavera - Verano - Colecciones Primavera



La línea "baggy" sigue vigente en esta primavera, al igual que la moda del enterito, una prenda que resulta imprescindible. Está realizado en "denim" en tonalidad amarilla.





Un conjunto deportivo para ellos. La remera musculosa es de algodón azul marino con vivos blancos. El pantalón, con cintura elastizada, es de línea recta.



El rosado sera uno de los colores del verano. Aquí, lo vemos combinado con blanco en la remera rayada sin mangas y en el pantalon de algodon, poliester y satin.

El Jardinero: Ideal Para Nenas Coquetas



Este pantalón, dotado de busto y tirantes, es un modelo para niña, muy moderno, puesto que va fruncido en el talle y en los tobillos. Se cierra por medio de una cremallera en el centro de la espalda.

Para la talla 2 se necesita el metraje siguiente:

— 1,60 mts. de tejido en 90 cms., o bien:

— 0,90 m. en 140 cms. de ancho.

CONSEJOS DE COSTURA

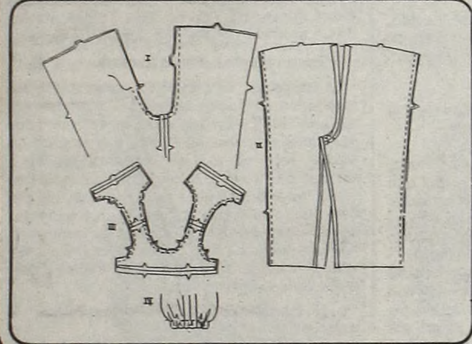
1) Coser las costuras de la entrepierna en el delantero y en la espalda. Sujetar con alfileres y después hilvanar, derecho contra derecho, la costura central, dejando la abertura en que se colocará el cierre de cremallera, en la espalda.

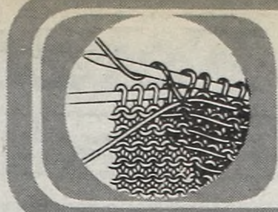
2) Coser las costuras laterales, frunciendo luego el borde superior del pantalón.

3) Busto: Se cosen los hombros y los costados. Como el busto lleva forro, hay que aplicar antes éste (derecho contra derecho y luego se vuelve).

4) Se sujeta el busto al pantalón, tras haber fruncido aquél por medio de dos hilos que se dejan sin cortar hasta haber adaptado las dos piezas que componen el atuendo. Finalmente, se cose el cierre de cremallera, se hacen los bajos de las piernas y se pasa un elástico para fruncirlas.

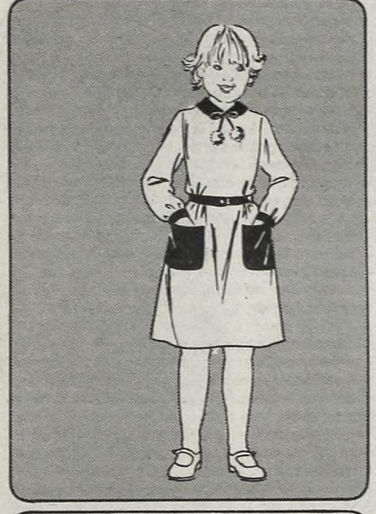
Este enterito se puede confeccionar en muy poco tiempo. El modelo resulta sumamente práctico para chicos de todas las edades. Conviene realizarlo en poplin o acrocel, telas lavables y que no necesitan planchado. Es una prenda cómoda y linda para nenas.





MINIMOLDES ★ TEJIDOS ★ ACCESORIOS ★

Un Diseño muy Actual, Práctico y Facilísimo



He aquí un vestido para niña, con mangas largas, ajustadas por un puño. El cuello Claudina, los bolsillos aplicados y el cinturón están realizados en un tejido de un color en contraste.

Metraje: (talla 2-4-6 años).

2 años: 0,90 metro de tejido en 140 cm de ancho.

4 años: 1,10 metro de tejido en 14ᶜ ᶜm de ancho

6años: 1,25 metro de tejido en 140 cm de ancho.

Tejido de adorno: 45 centímetros.

CONSEJOS DE COSTURA

1 - Se cosen las costuras de los hombros. Se prepara el cuello. Se hilvana el cuello en el vestido.

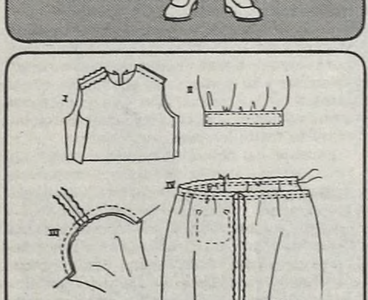
2 - Se frunce la manga. Se monta el puño en la manga. Se fija por el derecho por medio de un pespunte nervio.

3 - Se monta la manga en la sisa. Se cierran y se cosen los lados. Se preparan los bolsillos. Se aplican éstos en el delantero.

4- Se unen la falda espalda y delantero. Se frunce el talle. Se reúnen el cuerpo y la falda. Se cose un elástico en la costura del talle; éste se fija por un zig-zag a máquina. Se cose la costura del centro a la espalda. Se hilvanan los bordes de la abertura. Se hilvana el cierre de cremallera y se fija por un pespunte.

Este vestido puede realizarse en tela de color liso combinada con otra de motivos estampados, con flores o rayada, para puños, cuellos y cinturón.

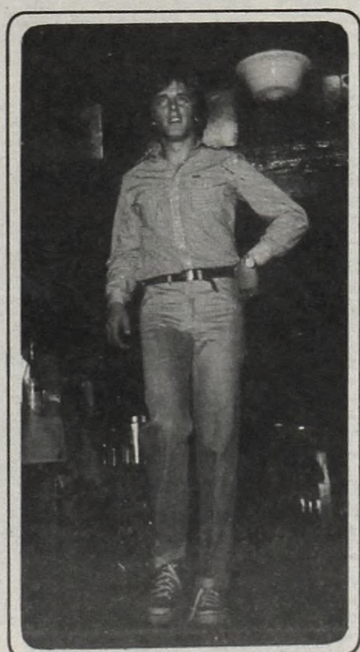
Los tonos para esta temporada permiten infinidad de combinaciones alegres. El celeste y el rosado son dos de los colores que se verán en ropa infantil al igual que los tonos en la gama del violeta y del amarillo. Será un vestido "paquete", muy fácil de confeccionar.



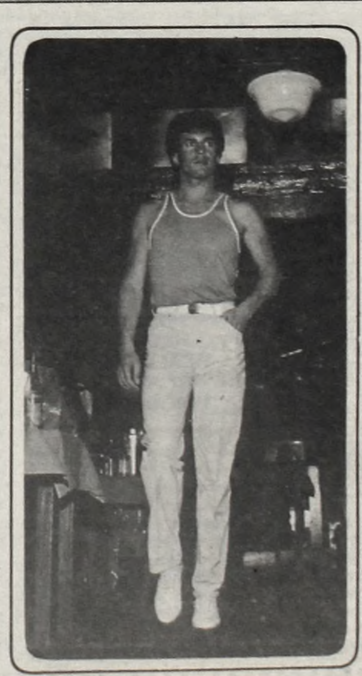
Colecciones Primavera - Verano - Colecciones Primavera - Verano - Colecciones Primavera



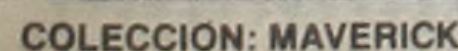
El jardinero de "denim" en azul "lavado", casi celeste, es la novedad del verano. Alberto luce uno de línea derecha con botamangas dobladas y bolsillos en los costados en ojal.



La camisa que luce Ricardo es de cuadrillé rojo y blanco, de corte clásico. Se acompaña con jean de "denim" "lavado", muy recto, en estilo "western".



El dúo blanco y negro en una original combinación. El "too" estampado se lleva con pantalón en corte "baggy" color blanco. Esta confeccionado en algodón satinado.



COLECCIÓN: MAVERICK

El Paro Forzoso

Un Cuento de Emile Sola

Por la mañana, cuando llegan los obreros al taller, lo encuentran frío, negro, con tristeza de ruina. En el fondo de la gran sala, la máquina está muda, con sus brazos delgados, con sus ruedas inmóviles; y pone allí una melancolía más, ella, cuyo soplo y movimiento animan de ordinario toda la casa, con el latido de un corazón gigante, rudo para el trabajo.

El patrón baja de su oficinita, y dice con aire triste a los obreros:

—Hijos míos, no hay trabajo hoy . . . No vienen pedidos; por todas partes recibo contraórdenes, y me voy a quedar con las mercancías en la mano. Este mes de diciembre con el cual contaba yo, este mes de gran trabajo en los otros años, amenaza con arruinar las casas más sólidas. Hay que suspenderlo todo.

Y al ver que los obreros se miran entre sí con el miedo de la vuelta a sus casas, el miedo al hambre del día siguiente, añade en tono más bajo:

—No soy egoísta, no, os lo juro . . . Mi situación es tan terrible, mucho más terrible quizá que la vuestra. En ocho días he perdido cincuenta mil francos. Hoy paro el trabajo para no agrandar más el abismo; y no tengo aún ni un franco para los vencimientos del 15 . . . Ya veis que os hablo como amigo, que no os oculto nada. Mañana quizá estarán ya aquí los curiales. No es culpa nuestra ¿verdad? Nosotros hemos luchado hasta el fin. Habría querido ayudaros a pasar este mal rato; pero no es posible. Esto se acabó, estoy hundido; no tengo ya pan que compartir.

Después, les tiende la mano. Los obreros se la estrechan en silencio. Y, por espacio de algunos minutos, permanecen allí mirando sus herramientas inútiles, sus puños cerrados. Las otras mañanas, desde el alba, cantaban las limas y los martillos les llevaban el compás; y todo ello parece dormir ya en el polvo de la quiebra. Son veinte, treinta familias las que no comerán la semana siguiente. Algunas mujeres que trabajan en la fábrica tienen lágrimas en el borde de los párpados. Los hombres quieren mostrarse más firmes, y se las echan de valientes, diciendo que nadie se muere de hambre en París.

Después, cuando el patrón los deja y lo ven marcharse, encorvado en ocho días, agobiado quizá por un desastre más grande aún que el que confiesa, se retiran uno por uno, con la garganta oprimida y frío el corazón, como si salieran de una habitación de muerte. El muerto es el trabajo, la gran máquina muda, cuyo esqueleto se ostenta siniestro en la sombra.

El obrero está afuera, en la calle, sobre la acera. Ha recorrido la ciudad durante ocho días sin poder encontrar trabajo. Ha ido de puerta en puerta, ofreciendo sus brazos, ofreciendo sus manos, ofreciéndose por entero para cualquier clase de labor, la más asquerosa, la más dura, la más mortífera. Todas las puertas se le han cerrado.

Entonces, el obrero ha ofrecido trabajar a mitad de precio. Las puertas no se han vuelto a abrir. Aunque trabajara de balde no lo podrían emplear. Es el paro forzoso, el terrible paro forzoso que toca a muerto en las guardillas. El pánico ha parado todas las industrias, y el dinero, el cobarde dinero se ha escondido.

Al cabo de ocho días está ya visto. El obrero ha hecho una tentativa suprema y vuelve lentamente, con las manos vacías agobiado de miseria. Cae la lluvia. Aquella noche, París está fúnebre sobre el lodo. El obrero anda aguantando el chubasco, sin sentirlo, no viendo nada más que su hambre, y deteniéndose para llegar menos pronto. Se ha apoyado en un parapeto del Sena; las crecidas aguas fluyen con largo ruido; en un pilar del puente se estrellan salpicaduras de blanca espuma. Se inclina más, y la colosal masa de agua pasa por debajo de él, como llamándole furiosamente. Después, se dice que aquello sería una cobardía, y se aleja.

La lluvia ha cesado. El gas reluce en los escaparates de las joyerías. Si rompiera un cristal, de un puñado cogería pan para varios años. Las cocinas de los restaurantes se encienden y, detrás de las cortinas de muselina blanca, el obrero ve personas que comen. Apresura el paso y sube hacia el arrabal a lo largo de las carnicerías, de las pastelerías, de todo el París tragón que se ve en las horas de hambre.

Al ver llorar a su mujer y a su hija aquella mañana, les ha prometido pan para la noche. No se ha atrevido a ir a decirles, antes de caer en las sombras, que faltaba a su promesa. Mientras camina, se pregunta cómo entrará en su casa, y qué les contará para hacerles tener paciencia. Pero no pueden estar más tiempo sin comer. El ya lo intentaría, pero su mujer y su hija son demasiado enclenques.

Y, por un instante, tiene la idea de mendigar. Pero cuando una señora o un caballero pasan por su lado y piensa en tender la mano, su brazo se envara y su garganta se oprime. Se queda plantado en la acera, en tanto que las personas bien vestidas se vuelven, creyéndolo borracho, al ver su rostro feroz de hambriento.

La mujer del obrero ha bajado al portal, dejando arriba a la niña dormida. La mujer está delgadísima; su traje es de percal. Tirita al recibir los soplos helados de la calle.

Ya no le queda nada en la guardilla; todo lo ha llevado al Monte de Piedad. Ocho días sin trabajo bastan para vaciar la casa. El día anterior ha vendido en casa de un prendero el último puñado de lana de su colchón; ahora ya no le queda más que la tela, que ha colgado delante de la ventana para impedir que entre el aire, porque la pequeña tose mucho.

Sin decírselo a su marido, ella ha buscado por su parte; pero el paro ha herido mucho más rudamente a las mujeres que a los hombres. En su mismo rellano, hay desgraciadas a quienes se oye sollozar toda la noche. Encontró una mujer en pie en la esquina de una acera; otra ha muerto, otra ha desaparecido.

Ella, por fortuna, tiene un buen hombre, un marido que no bebe. Estarían muy holgadamente, si aquello no les hubiera despojado de todo. Ha agotado ya el crédito; debe al panadero, al droguero, a la frutera, y ya no se atreve a pasar por delante de las tiendas. Por la tarde ha ido a casa de su hermana para pedirle un franco; pero ha encontrado allí tal miseria, que se ha echado a llorar, sin decir nada, y las dos, su hermana y ella, han llorado juntas largo tiempo. Después, al marcharse, le ha prometido llevarles un pedazo de pan, si su marido volvía con algo.

El marido no vuelve. Cae la lluvia, pero ella se refugia en el portal; gruesas gotas se estrellan a sus pies, y un polvillo de agua cala su delgado vestido. A ratos la asalta la impaciencia; sale, a pesar del chubasco y llega hasta el extremo de la calle, para ver si a lo lejos ve al que aguarda. Y cuando vuelve, está empapada en agua; se pasa la mano por los cabellos para enjugárselos, y hace acopio de paciencia, sacudida por cortos escalofríos de fiebre.

Al ir y venir, los transeúntes le dan codazos. Procura empequeñecerse para no molestar a nadie. Algunos hombres la miran de frente; a ratos, siente que le rozan el cuello tibios alientos. Todo el París sospechoso, la calle con su lodo, la cruda claridad, el rodar de los coches, todo parece querer arrebatarla y arrojarla al arroyo. Tiene hambre y es de todo el mundo. Enfrente hay un panadero, y la mujer piensa en la pequeña que duerme allá arriba.

Después, cuando llega por fin el marido, deslizándose como un malhechor a lo largo de las casas, ella se abalanza a él y lo mira ansiosamente.

—¿Qué hay? —balbucea.

El no responde y baja la cabeza. Entonces ella sube delante, pálida como una muerta.

Arriba, la pequeña no duerme. Se ha despertado y piensa, delante de un cabo de vela que agoniza en un rincón de la mesa. No se sabe qué cosa monstruosa y desconsoladora pasa por el rostro de aquella niña de siete años, de facciones marchitas y serias de mujer formada.

Se ha sentado al borde del baúl que le sirve de cama. Sus desnudos pies cuelgan tiritando; sus manos de muñeca enfermiza estrechan contra el pecho los jirones que la cubren. Siente allí una quemadura, un fuego que quisiera apagar. Piensa.

No ha tenido nunca juguetes. No puede ir al colegio porque no tiene zapatos. Siendo más pequeña, recuerda que su madre la llevaba a pasear al sol. Pero aquello está ya muy lejos. Fue preciso mudarse y desde entonces, le parece que un gran frío ha pasado por la casa. No ha estado nunca contenta; siempre ha tenido hambre.

Es una cosa profunda a la que desciende sin poder comprenderla. ¿Tiene hambre todo el mundo? Ella ha procurado acostumbrarse y no ha podido. Piensa que es demasiado pequeña, que hay que ser mayor para saber. Su madre sabe sin duda esa cosa que se oculta a los niños. Si se atreviera, le preguntaría quién nos echa así al mundo para tener hambre.

¡Además, es tan fea su casa! Mira la ventana en que se agita la tela del colchón, las paredes desnudas, los muebles desvencijados, toda la vergüenza de la guardilla a la que el paro forzoso mancha con su desesperación. En su ignorancia, cree haber soñado alcobas tibias, con objetos hermosos que relucían; cierra los ojos para volver a verlas; y a través de sus delgados párpados, la luz de la vela se convierte en un gran resplandor de oro en el cual querría entrar. Pero sopla el viento y por la ventana se cuela tal corriente de aire que le asalta un golpe de tos. Tiene los ojos llenos de lágrimas.

En otro tiempo tenía miedo cuando la dejaban sola; ahora ya no sabe, le es igual. Como no han comido desde la víspera, piensa que su madre ha bajado a comprar pan. Entonces, esta idea la distrae. Cortará el pan a pedacitos y se los comerá lentamente, uno por uno. Jugará con el pan.

La madre ha vuelto y el padre ha cerrado la puerta. La pequeña les mira las manos a los dos muy sorprendida. Y como nada le dicen, al cabo de un momento repite con acento cantante:

—Tengo hambre, tengo hambre.

El padre se ha cogido la cabeza con las manos, en un rincón de sombra, y permanece allí, anonadado, con los hombros estremecidos por rudos sollozos silenciosos y ahogados. La madre, reprimiendo las lágrimas, ha ido a acostar de nuevo a la pequeña. La tapa con todos los andrajos de la casa y le dice que sea buena, que duerma. Pero la niña, cuyos dientes castañetean de frío, y que siente arder más fuerte el fuego de su pecho, se torna muy atrevida. Se cuelga del cuello de su madre y después, dulcemente:

—Di, mamá —pregunta—. ¿Por qué tenemos hambre?

CURIOSIDADES TECNICAS Y CIENTIFICAS

UN ARMA CONTRA LOS TRAFICANTES DE DROGA

Los perros policías americanos adiestrados para examinar los equipajes sospechosos y descubrir la eventual presencia de droga van a entrar en competencia con las personas . . . gracias a cierta familia de bacterias. Las mismas presentan la particularidad de volverse resplandecientes una vez que se encuentran a un metro de distancia de un paquete que contiene heroína, por ejemplo. Asimismo, en el futuro, los especialistas de la represión anti-droga se proveerán de una "caja de bacterias", gracias a la cual podrán descubrir y detener con mayor facilidad a los traficantes.

LAS CURIOSIDADES DE LA ESTADISTICA

Los clips, esos pequeños ganchos metálicos que se utilizan para unir papeles, sirven sobre todo de palillos para los dientes (5 por ciento), para limpiar las uñas (5 por ciento), para reparar provisionalmente la vestimenta descosida (17 por ciento), para limpiar las pipas (3 por ciento) y para torcerlos o romperlos durante las comunicaciones telefónicas, lo que hacen generalmente los empleados nerviosos.

Este es el resultado de una encuesta muy seria, realizada por un servicio británico de estadística.

En efecto, solamente el 20 por ciento de los clips son utilizados para juntar papeles y el resto sirve también como fichas para jugar a las cartas.

HACIA LA REALIZACION DE UN "AUTOMOVIL IRROMPIBLE"

Un "automóvil irrompible" o, para ser más exactos, un automóvil de donde los pasajeros saldrán ilesos en caso de accidente . . . intentan realizar los constructores en todo el mundo. Este interés es una respuesta a la solicitud del Congreso norteamericano, que abrió un concurso sobre el tema.

Hasta el momento, parece que es una empresa alemana la que ha realizado los equipos más potentes en materia de seguridad en carretera. Ante todo, los parachoques del "auto irrompible", resistentes y elásticos, pueden amortiguar el golpe del vehículo chocando contra un muro a 80 kilómetros por hora, de tal manera que los pasajeros salgan intactos de la aventura.

Se acabaron los cinturones de seguridad. Estos quedarán reemplazados por bolsas de plástico que se inflarán súbitamente en caso de impacto, formando "cojín" entre el automovilista y la carrocería.

Este auto milagro, será igualmente dotado de un copiloto automático que, en caso de desviación o de vuelco, enderezará el vehículo y lo pondrá de nuevo en la ruta.

LAS PLANTAS QUE "PROSPECTAN" EL MINERAL

Algunas plantas indican la presencia de un mineral útil que se encuentre en sus alrededores. De esta forma, el ajenjo descubre el manganeso, el sauce de pequeñas flores, revela los yacimientos de hierro . . . Los miembros de una expedición geológica que trabaja en el Kazakastan Oriental (URSS), comprobando que en aquellos parajes había muchas violetas, empezaron la búsqueda del mineral que generalmente las acompaña —el zinc— y rápidamente lo descubrieron.

Evidentemente, no son coincidencias fortuitas. El método geobotánico de prospección de minerales se basa en las necesidades de cada planta cuyo metabolismo utiliza uno u otro elemento.

LA "PANTALLA MAGICA"

La "pantalla mágica" se inauguró en Londres. Este instrumento permite a los automovilistas saber si pueden conducir tras una buena comida acompañada de bebidas alcohólicas. ¿Cómo?, simplemente soplando sobre ella.

La "pantalla mágica" fue instalada a la salida de algunos cabarets de la capital británica. Cuando el cliente abandona el establecimiento después de algunas libaciones, sopla sobre la pantalla. Si la superficie de ésta se enrojece, significa que el automovilista puede conducir; si, por el contrario, la pantalla toma un tinte verde, el "juerguista" deberá llamar un taxi para que le conduzca a su casa.

La "pantalla mágica", que han puesto a punto los investigadores de un laboratorio londinense, está recubierta simplemente de una sustancia química sensible a las emanaciones etílicas. La generalización de la "pantalla mágica", recomendada por los servicios públicos, pronto se extenderá por toda Europa.

GAFAS QUE PERMITEN AL CIEGO "OIR"

Un ciego total que pueda orientarse en las calles de Londres, sin bastón y sin perro que lo acompañe, y que pueda, al mismo tiempo, sortear tranquilamente los obstáculos . . .

Ese "milagro" de las "gafas para oír" es el espectáculo que se ofreció recientemente a un grupo de periodistas de la prensa técnica británica.

Esas gafas, obras maestras de la miniaturización electrónica, son, en realidad, una especie de pequeño radar portátil, puesto a punto por un eminente especialista británico de las enfermedades de la vista, el profesor Leslie Ray.

La montura de esas gafas emite ultrasonidos que repercuten en los obstáculos que rodean al ciego. Esos ecos son entonces captados por las gafas electrónicas y transformados en sonidos agudos para los obstáculos lejanos, y cada vez más graves para los obstáculos próximos y dirigidos hacia el oído del usuario por la propia montura de las gafas.

Tras unos diez días de acostumbramiento, el ciego equipado con este aparato distingue perfectamente, gracias a la calidad del eco recibido, un muro de ladrillos de un banco de madera, un recipiente de basuras en plástico, de una lámpara de metal. Sobre todo, es capaz de apreciar, con pocos centímetros de error, la distancia a la cual se encuentran esos obstáculos en su camino.

Cómo Evitar las Malas Posturas que Dañan la Columna Vertebral



Los trastornos y dolencias en la columna vertebral constituyen uno de los problemas más frecuentes que amenazan la salud. Debido a posturas indebidas, excesivo trabajo y otras razones que sobrecargan de tarea a la columna, gran cantidad de personas sufren dolores de cintura, cuadros de artritis o artrosis y hasta inconvenientes más serios que solo pueden solucionarse a través de una intervención quirúrgica.

En esta entrega, REVISTA DE LA MUJER mantuvo una charla con la kinesióloga Esther Arditti de Freund, quien explicó cuáles son las afecciones de columna más frecuentes, y demostró cómo mejorar nuestras posturas y movimientos cotidianos para evitar de esa manera tener que sufrir molestias y dolores a nivel de columna vertebral.

LA ESCOLIOSIS

"La escoliosis —afirma la kinesióloga— **es uno de los problemas más usuales en la columna. Es una afección que aparece de repente. ¿Cuándo? Durante los años en que el niño o la niña pasan de la niñez a la adolescencia y los padres 'le pierden la pista'. Como se bañan solos, ya no es posible observarlos detenidamente, y muchas veces el chico ya tiene el problema y nadie se ha dado cuenta. Por eso la parte preventiva es fundamental para que este tipo de afección se solucione lo más rápida y sencillamente posible".**

—¿Qué signos pueden ayudar a detectar la escoliosis?

—En primer lugar, la presencia de un hombro más alto que el otro. También ocurre lo mismo con los glúteos. Si se mira al chico desde atrás, esto puede distinguirse fácilmente. En el caso de las niñas, si la madre descubre que el vestido le queda más corto, ya sea de adelante o de atrás, estamos en presencia de un síntoma.

Con los pantalones, una pierna parece más larga que la otra. Generalmente, un niño con escoliosis tiene las escápulas más salidas, y también una de ellas es más alta. Esta afección, que suele presentarse más entre las niñas, viene acompañada frecuentemente por alteraciones en los pies, ya sea pie plano valgo o genuvalgo. Aunque esto no ocurre todas las veces.

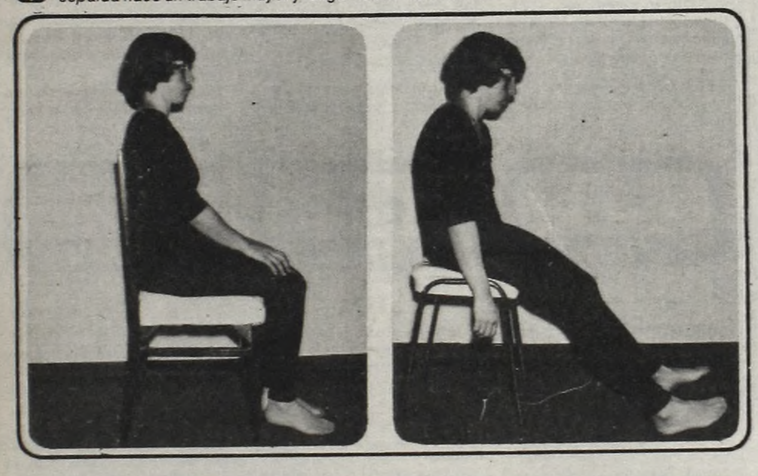
—¿La consulta médica es fundamental?

—Sí, por supuesto. Si la madre o el padre notan algún síntoma, deben llevar a su hijo al médico cuanto antes. Un examen más detenido, con radiografías y estudios, determinará luego si el problema es corregible a partir de la voluntad, es decir, enseñándole al chico a pararse bien, a caminar mejor, etcétera o si será necesario un tratamiento más profundo, donde siempre interviene la kinesiología. El corsé es otro modo de solucionar la dolencia y la intervención quirúrgica solo se realiza en casos de extrema gravedad.

—¿La evolución es rápida?

La evolución depende de la importancia que tenga la afección, y por supuesto, de la edad del paciente. Por eso recuerdo que tanto la consulta preventiva como la observación atenta del niño, de frente y de atrás, constituyen una ayuda inmejorable para controlar la aparición de la escoliosis.

Hacia la izquierda, tenemos la forma ideal de agacharnos para alcanzar un objeto. Es una actitud cotidiana que debemos practicar como es debido. Doblar las rodillas y ponerse en cuclillas es la mejor postura. La imagen contigua exhibe lo incorrecto. Al no flexionar rodillas, la espalda hace un trabajo mayor y luego vienen los dolores.





La foto de la izquierda nos indica cómo debemos sentarnos correctamente para no sufrir dolores de cintura y cansancio muscular. La espalda debe estar apoyada en el respaldo de la silla. La otra imagen representa la postura equivocada, que provoca serios problemas de columna, además de dolores y cansancio prematuro.

La primera foto muestra la posición correcta que el cuerpo debe tener, visto de perfil. La imagen del centro indica la presencia de una enfermedad, llamada lordosis. El rasgo principal son los glúteos salientes. En cuanto a la tercera foto, representa una cifosis: hombros y rostro adelante, cadera saliente.

CIFOSIS Y LORDOSIS

"La cifosis y la lordosis —continúa la entrevistada— **son las otras dos afecciones más comunes en la columna vertebral. En ambos casos, hay que mirar al chico de perfil. En caso de existir una cifosis, la persona está vencida, tiene los hombros tirados hacia adelante, al igual que el rostro y las nalgas están salientes. Es el típico chico tímido, retraído, y no se lo puede corregir ni a partir de la voluntad. Por más que se le indique la postura correcta, la radiografía sigue exhibiendo a las claras el problema".**

—¿A qué edad suele presentarse y cómo se soluciona?

—Aparece, en general, a partir de los 12 y hasta los 18 años. Es la edad del crecimiento. Y como la cifosis es un crecimiento, pero anómalo, de las vértebras, se presenta a medida que el paciente va creciendo de estatura. En caso de personas grandes es un trastorno que debe corregirse indefectiblemente. La posición quebrada del cuerpo puede afectar órganos vitales, como por ejemplo el pulmón y la misma médula espinal. La cifosis también presenta varios grados, como la escoliosis. Según la importancia, puede solucionarse con kinesiología o corsé, y la intervención quirúrgica —típica en casos de adultos cifóticos— solo se da cuando es imposible de recuperarse de otro modo.

—¿Cómo se detecta una lordosis?

—También mirando a la persona de perfil. Si tiene las nalgas muy salientes y al mismo tiempo la cintura hundida, además de músculos abdominales flojos, seguramente se está en presencia de una lordosis. En esta enfermedad hay un componente muscular muy visible, porque mientras ciertos músculos están muy flojos, otros son exigidos en demasía. Es la típica pose de la niñita de nalgas salientes, que suele causar gracia en lugar de preocupación. La lordosis también se corrige con un tratamiento adecuado. Como en las afecciones mencionadas anteriormente, el factor preventivo cumple un aspecto esencial. Cuanto antes se detectan y se tratan los problemas, mejor y más rápida solución puede dárseles. Por eso, reitero que los padres deben observar continuamente las posturas de sus hijos, y si notan alguna anomalía, concurrir de inmediato al médico. Un niño atendido a tiempo, será un adulto sano.

GUIA DE SUGERENCIAS PRACTICAS PARA EL HOGAR



★★★★★★★★★★★★★★★★

TEMPERATURA

El promedio normal de temperatura axilar es casi siempre de 36 grados y medio. En el caso de la temperatura rectal, suele ser algo más elevado.

PIES

Una de las mejores maneras de descansar los pies de las fatigas y tensiones diarias, es caminar unos minutos descalza. Es preferible que se haga sobre arena o tierra blanda. Como este tipo de suelos no es muy habitual, deben aprovecharse bien las vacaciones para fortalecer la salud de los pies.

LAPIZ DELINEADOR

¿Sabía usted que el lápiz delineador es más natural que el líquido que cumple igual función? A cambiar, entonces.

★★★★★★★★★★★★★★★★

MODO DE COMER

Recuerde que una persona se conoce según la manera de comer que tenga. Es importante la compostura y delicadeza que se exhiban, y por esa razón trate de acostumbrar a sus hijos a comportarse bien en la mesa, sobre todo, dándoles un correcto ejemplo.

★★★★★★★★★★★★★★★★

ESPALDAS CASTIGADAS

Cuando una persona realiza tareas que la obligan a esforzar el trabajo de la columna vertebral y la espalda en general, debe tener ciertos cuidados. Uno de ellos es flexionar las rodillas cada vez que es necesario agacharse. Es preferible no ser tan atlético y no tener que soportar agudos dolores de reuma y de malas posturas.

★★★★★★★★★★★★★★★★

SOGA

¿Sabía usted que 10 minutos seguidos de soga lenta equivalen a media hora de carrera lenta? Decídase a practicar entonces todas las mañanas, luego de enviar a los chicos a la escuela.

★★★★★★★★★★★★★★★★

TARJETAS DE UNICEF

Como todos los años, ya están en venta las tarjetas de Unicef no solo para las tradicionales fiestas de Navidad y Año Nuevo sino también para evocar todo tipo de celebraciones, como cumpleaños, aniversarios, recordatorios. Pueden adquirirse en Paseo Colón 439, 2º piso, de lunes a viernes de 9 a 16.30 y el paquete con 10 tarjetas cuesta $ 15.000.

INSTITUTO INTEGRAL

Una solución para madres que trabajan es dejar a sus hijos en un lugar donde, además de recibir los cuidados adecuados, puedan divertirse y aprender. Un ejemplo es la institución de Avenida de Mayo 950, donde los pequeños pueden hacer gimnasia, ver espectáculos, o hacer actividades artísticas. Los papás y las mamás pueden, inclusive almorzar o merendar con ellos.

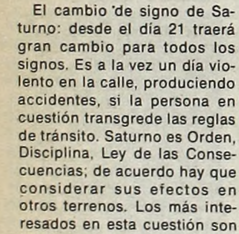
FLACIDEZ

La flacidez es uno de los fantasma más temidos por toda mujer. Por eso es bueno iniciar tratamientos preventivos y curativos, más ahora que se acerca el verano. Algunas direcciones: Junín 1127; Lavalle 3625; Cangallo 850; Marcelo T. de Alvear 2349; Santa Fe 1769; Callao 1033; Pueyrredón 510; Paraná 868 y Montañeses 1910. Allí encontrarán métodos para erradicarla.

★★★★★★★★★★★★★★★★

ECONOMIA FAMILIAR

¿Pensó alguna vez en comprar alimentos y artículos para el hogar por "bulto cerrado"? Este es un sistema especial, mediante el cual se venden las mercaderías como llegan de fábrica, y a muy bajo precio. Reúnase con amigas y parientes y pruebe. Puede dirigirse a: Rivadavia 5056; Chiclana 3999; Avda. San Martín 2911; Ferré 1943 (Lanús E); Camarones 2161; José Bonifacio 1753; Constitución 2685; Garay 926; Juan B. Justo 6252 y San Pedrito 51.



CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos

El cambio de signo de Saturno: desde el día 21 traerá gran cambio para todos los signos. Es a la vez un día violento en la calle, produciendo accidentes, si la persona en cuestión transgrede las reglas de tránsito. Saturno es Orden, Disciplina, Ley de las Consecuencias; de acuerdo hay que considerar sus efectos en otros terrenos. Los más interesados en esta cuestión son los signos "cardinales": Aries, Cáncer, Libra y Capricornio.

La primavera traerá grandes mejoras en el plano amoroso. Los de Libra estarán en primer plano. No se escandalice, amiga lectora, si su hijito libriano de 10 años trae su "novia" a casa. Tampoco debe enojarse ante el espectáculo de un dormitorio bien desordenado, donde se verán desparramados vestidos, blusas, cosméticos, medias, zapatos... Es su hija adolescente, libriana, ensayando sus armas de coquetería mediante un desfile casero.

La aglomeración de planetas en Libra: Sol, Saturno, Mercurio, trae efectos bastante delicados respecto de la función renal. Conviene aumentar la cuota de líquidos, especialmente aoua mineral.

Escorpianas, atención: Marte transitando en su signo las hace demasiado agresivas. Conviene meditar un poco antes de hablar, para resguardar así la paz en la familia. Excelente remedio es practicar algún deporte, canalizando así la fuerza marciana.

GUIA LUNAR PARA LA MUJER

Los días 16-17: Luna en Sagitario. Favorece mucho a las deportistas, y a todos en general, que sean amantes de la naturaleza. Dos días ideales para salir y respirar.

Los días 18-19: Luna en Capricornio. Trae esta vez choques con el medio ambiente, especialmente con personas de edad. Favorece los estudios, lo abstracto, la organización, la matemática.

Los días 20-21: Luna en Acuario. Excelentes para los signos de Aire, traen nuevos horizontes, coraje y sobre todo mejor estado de ánimo. Los trabajos artísticos favorecidos.

El día 22: Luna en Piscis. Los signos de Agua en primer plano. Inclina a la espiritualidad y aumenta las facultades extrasensoriales. Trae, en cambio, gran confusión para Géminis, Sagitario y Virgo.

HOROSCOPO SEMANAL

Por Lily Sullos



Aries

Amor: el secreto es evitar los cambios de palabras, esas fracesitas de doble sentido, aunque sea de broma... Los días 16-17 traen momentos felices.

Finanzas: dificultades con un negocio, trabajo retrasado, o por un documento. Usted tendrá que valerse de una amiga para obtener un permiso o trámite.

Salud: gran tensión nerviosa, posibles jaquecas, cansancio.



Tauro

Amor: los días 20-21 amenazan seriamente su paz, si usted se deja llevar por ese amor propio taurino... Los días 18-19 inspiran sensatez y sosiego; utilícelos.

Finanzas: ciertos inconvenientes con una compra de ropa o muebles por un consejo que usted considera demasiado... Procure usar su propia imaginación.

Salud: molestias renales-urinarias, fatiga.



Géminis

Amor: a partir del 20 comienza para usted una etapa totalmente diferente, mucho mejor. Posibilidades de una reconciliación definitiva o un buen comienzo.

Finanzas: también mejoran, usted podrá efectuar un cambio muy ventajoso. Iniciativa en un negocio, muy ingeniosa; repunte de ganancias.

Salud: gran mejora, pero también gran tensión, cuidado.



Cáncer

Amor: evite mezclar asuntos familiares con asuntos de pareja... Si no, habrá interferencias, malogrando sus mejores momentos. Cuidado en los días 18-19.

Finanzas: pequeños gastos que suman demasiado, sobre todo si usted tiene hijos de edad escolar. Procure fijarse bien en documentos.

Salud: le conviene una dieta muy liviana, especialmente la cena.



Leo

Amor: discusiones, pero también sentido de humor, eso de encarar la cuestión desde un punto de vista más sano, más positivo. Los mejores días son los 16-17.

Finanzas: semana ideal para las compras de coquetería. Noticias alentadoras respecto a un préstamo o iniciativa comercial; respuesta.

Salud: mejora, dinamismo aumentado, pero cuídese de dulces.



Virgo

Amor: usted reflexiona demasiado respecto a una iniciativa de su compañero. Si ha habido hasta ahora distanciamiento, no vacile en perdonarle, si se muestra arrepentido.

Finanzas: feliz continuación de algo muy fructuoso: negocio, labor, trabajo nuevo. Posible compra de algún implemento necesario.

Salud: mejora mucho mediante un método, dieta o ejercicios.



Libra

Amor: esta semana puede traerle grandes sorpresas: la vuelta de una persona alejada hace tiempo, la explicación. También un comienzo sentimental de gran importancia.

Finanzas: nuevos horizontes con dificultades momentáneas. Saturno trae la seguridad y la estabilidad de algo hasta ahora inseguro.

Salud: fatiga, jaquecas, molestias renales.



Escorpio

Amor: mucha tensión y también demasiado amor propio; usted no quiere ceder, ni reconocer nada de su parte; no obstante, conviene encarar todo con más comprensión.

Finanzas: gastos un tanto inútiles en una compra poco feliz, cuidado! Lo imprevisto, como peligroso; piense antes de decidirse.

Salud: mucha fuerza física, pero también tensión intensa.



Sagitario

Amor: los días 16-17 traen momentos felices; la Luna está en Sagitario, inspirándola. Posible invitación, la revelación de un cariño "oculto".

Finanzas: un gran alivio, un nuevo camino, algo pesado que se termina. Posible trabajo también nuevo, con grandes perspectivas. Semana ideal para trabajos artísticos.

Salud: mejora, si usted no abusa de dulces.

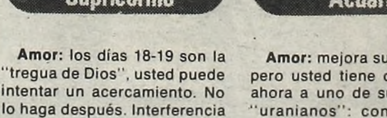


Capricornio

Amor: los días 18-19 son la "tregua de Dios", usted puede intentar un acercamiento. No lo haga después. Interferencia familiar; no debería permitirselo.

Finanzas: cierto bloqueo después del 21, arregle todo antes, entrevista, trámite o compra importante. Posible tardanza de un dinero esperado.

Salud: cuídese de alimentos envasados y muy concentrados.





Acuario

Amor: mejora su panorama, pero usted tiene que recurrir ahora a uno de sus recursos "uranianos": con ingenio y audacia ha de lograr un encuentro o diálogo.

Finanzas: en su horizonte aparece la posibilidad de "anclarse", asegurar su posición en su trabajo o lograr una muy buena inversión.

Salud: mejora, posible revelación de un problema, diagnóstico.



Piscis

Amor: el 22 es "su día" con la Luna en Piscis y a la vez el término de la molestia de Saturno; festéjelo con su pareja o familia. Muy pronto tendrá novedades.

Finanzas: mejoran también, desaparece un gran obstáculo, de la forma más natural. Posible inversión, seguridad; usted misma estará mejor.

Salud: mejora su digestión y su estado de ánimo.

Con la Música se Llega más Allá de las Palabras

La expresión musical —un don innato en el hombre— es el medio utilizado por algunos profesionales para la rehabilitación de deficientes y tratamiento de diversas afecciones síquicas. Araceli Honorio, una especialista en el tema, explica en esta nota los alcances de esta nueva metodología y los resultados que con ella se obtienen.





La música es quizá la única forma de expresión que es patrimonio de todos los seres humanos. Durante toda la vida nos acompaña, y a pesar de que solo muy pocos consiguen convertirse en verdaderos profesionales de este arte, todos somos un poco músicos. Todos podemos emocionarnos al cantar una canción, y expresar a través de ese canto nuestra interioridad.

Pero la **"utilidad"** —por así llamarla— de la música no es solamente un medio de expresión y un arte. Desde fines de la Segunda Guerra Mundial, demostró tener también altos poderes curativos y rehabilitantes en personas enfermas. En esa época, los músicos tocaban sus instrumentos en hospitales atiborrados de enfermos, y éstos experimentaban alivio y mejoría. Años más tarde, se creó una nueva disciplina, más ciencia que arte, llamada **Musicoterapia.**

En nuestro país, existen ya numerosos profesionales que la ejercen, y uno de ellos, la musicoterapeuta Araceli Honorio, nos relató qué es, para qué sirve y cómo se trabaja en musicoterapia.

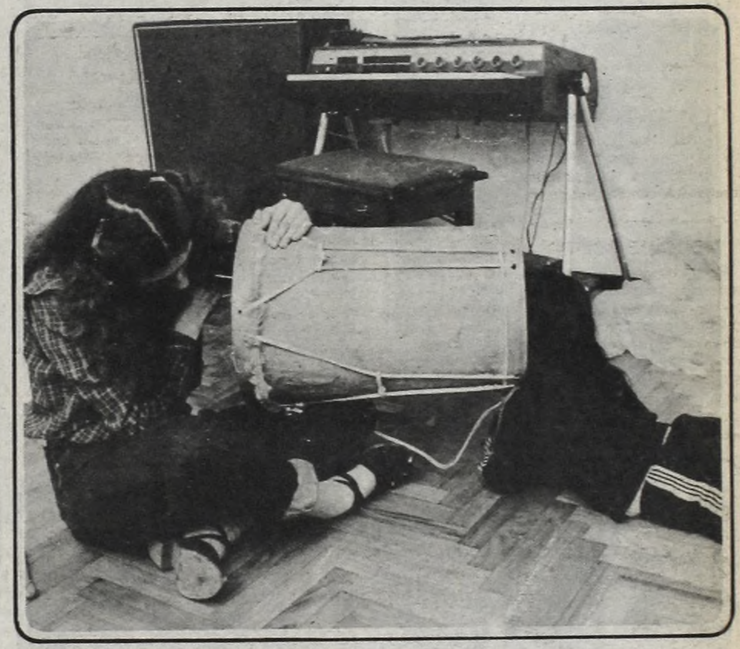
LA MUSICA Y LO PRIMITIVO

"La expresión musical —explicó Araceli— **es algo primitivo e innato en el hombre. Remontémonos por ejemplo a la prehistoria. Se sabe que el sonido estaba en relación con la vida en general. Por ejemplo, para calmar a los dioses había que tocar o entonar ciertas canciones. Para curar algunas enfermedades, se entonaban melodías. Aquí encontramos la primer relación: patología o problema y música o sonido. La música, en definitiva, siempre ayudó a curar y rehabilitar. La musicoterapia se funda justamente en ese poder que tiene la música. Es difícil intentar una definición. Pero puede decirse que la idea es entablar con el paciente canales de comunicación que ayuden a crear un vínculo terapéutico o curativo con él. Por ejemplo, un chico deficiente mental, puede lograr, a través de la ejecución de algún instrumento sencillo, una nueva unión con el mundo externo que lo haga sentirse mejor. Lo que se busca siempre es la rehabilitación del enfermo, la integración sana a la sociedad a partir de un canal diferente, que es el de la música".**

Araceli Honorio tiene una importante experiencia en tratamientos con niños de diferentes patologías y enseña además iniciación musical en institutos, así como también expresión corporal para todas las edades —inclusive adultos— y es auxiliar de cátedra en la Universidad del Salvador.

—¿Cómo se trabaja en musicoterapia?

—Ante todo, debe señalarse que es una no verbal, donde no hace falta la razón y la palabra, las respuestas llegan antes. Además siempre se trata de trabajar en grupo, para tender a la socialización del niño enfermo. Sólo en casos excepcionales la tarea se hace en forma individual. La musicoterapia permite manifestarse a través de distintos modos. Se utiliza la parte auditiva, el cuerpo, el ritmo, la armonía y melodía. A través de los diferentes instrumentos, que son muy sencillos —bombos, pandereta, castañuelas, elementos de percusión— los niños van conectándose con sus posibilidades y, de esta manera, se rehabilitan. Siempre se trabaja con un estímulo, que lo doy yo, al que se le debe dar una respuesta. Yo golpeo mi instrumento, y todos deben hacer lo mismo. Parece sencillo, pero abre un importante vínculo entre el chico y la realidad.





técnica auxiliar. Nosotros no trabajamos solos. El paciente es derivado luego de la consulta con el médico siquiatra o el sicólogo, y a través de nuestra tarea lo que se persigue es colaborar con el equipo interdisciplinario que atiende al chico para contribuir a su recuperación o rehabilitación.

—¿Qué tipo de casos se atienden?

—La musicoterapia cubre un espectro muy amplio. Por un lado, están los deficientes sensoriales. Son aquellos niños que presentan problemas de sordera, habla, vista, tacto, y también los hipoacúsicos, es decir, los que escuchan solo algunos sonidos. En cuanto a los perturbados motores, se atienden casos de hemiplejia, hiperkinesia (los niños demasiado activos), parálisis y todo problema de movimiento. Existen tratamientos para oligofrénicos, débiles mentales y niños con problemas de aprendizaje que pueden presentar un pequeño retraso en la escuela o en otras actividades que realizan. También se reciben niños neuróticos y sicóticos, que son casos de extrema gravedad, donde existen facultades mentales alteradas.

—¿Las patologías pueden reunirse en un mismo grupo?

—No. Se trabaja en grupos con niños que presenten patologías similares o agrupables. No pueden mezclarse un sicótico con un hipoacúsico, por ejemplo. Pero lo que es común en todos los casos, es la tendencia hacia la normalidad que se busca en los tratamientos. Las vías de llegada al objetivo pueden ser diferentes. Pero los resultados son rápidos. Como la música es un canal de comunicación

—¿Podrías contar algún caso?

—Sí. Hace un tiempo, atendí a una adolescente sicótica que presentaba fuertes características masculinas. Muy activa, se trepaba a los árboles, se daba "aires" de superioridad sobre sus compañeros, era líder, pero al mismo tiempo negaba al grupo porque no respetaba a ninguno de sus miembros. Sin ninguna imagen femenina a través de quien identificarse con su propio sexo —la madre nunca se la supo dar— esta chica tenía un desequilibrio total. Cuando empezamos a trabajar, acentuamos la tarea corporal. La idea era ayudarla a que controlara su cuerpo. A través de la música y los silencios, la jovencita empezó a ver que podía hacer cosas con los instrumentos, que eso le hacía bien, y pudo autoestimarse. Con otras terapias también habría llegado a esta mejoría, pero seguramente en mucho tiempo más. Mediante la música, en forma pre-verbal, se rehabilitó rápidamente. El grupo la respetó, y como se identificó conmigo, que soy una mujer, también ella pudo ver sus características femeninas.

—¿La iniciación musical tiene algo que ver con la musicoterapia?

—Nos manejamos con las mismas áreas —auditiva, rítmica, expresión corporal, melodía y armonía— pero los objetivos son diferentes. Mientras a través de la musicoterapia tratamos a niños con problemas, la iniciación musical es para chicos normales. Y es muy importante que la realicen. Así van acercándose a la música en forma gradual, y consiguen que ésta sea realmente un modo de expresión que los una con el mundo.

¡Todo Para los más Chiquitos!

Direcciones:
LEMAMU: Av Cabildo 2092
DANS UN JARDIN: Callao 1811
DOMY AMOBLAMIENTOS: Alvarez Thomas 1592



Para que los más chiquitos jueguen. Una mesa y dos sillas machimbradas en fresno alemán lustrado. Un mobiliario práctico y moderno para la habitación infantil. Pesos 240.000.



Un dormitorio infantil muy alegre. Cuna con cajones en fresno africano. Pesos 1.000.000.



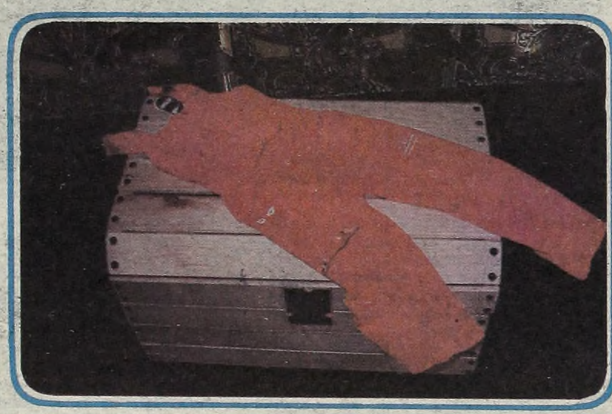
¡Un baul lleno de sorpresas! Como juguete o práctico mueble para guardar muñecos y chiches.



Remera de algodón estampada como un cuaderno y pantalon de poplin. Pesos 108.800.

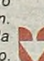


Un rincón para estudiar. El escritorio es de pino macizo machimbrado, con tapa y frente con cajones de fórmica. Pesos 630.000.



El simpático jardinero de poplin rojo con cierre en la delantera y bolsillos laterales con bordado en hilos dorados. Es fruncido a la cintura. Desde $ 62.400.

Celeste, turquesa y azul. Solero con tres amplios volados en algodón. Pechera fruncida y lazo al tono.



Una canastita con cosméticos importados para bebés. Canasta y caja con loción y jabones. Pesos 70.000.









También para los más chiquitos el jardinero será la prenda ideal para el verano. Está confeccionado en poplin importado color salmón, con frunces en pechera y bolsillos. Desde $ 52.800.



amor es...

...ARREGLARME PARA ESA CITA ESPECIAL.

